



CAUSAS COMUNES QUE OCASIONAN ACCIDENTES DE BICICLETAS



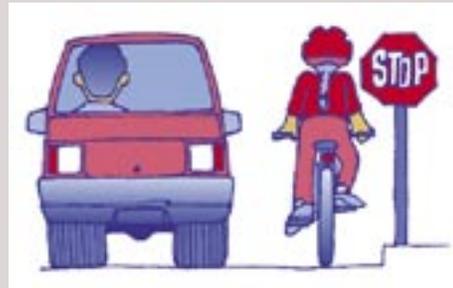
- Ciclistas que usan el carril equivocado
- Automovilistas que doblan hacia la izquierda o derecha descuidadamente
- Ciclistas que se atraviesan en el camino de los vehículos
- Automovilistas que abren puertas en frente de los ciclistas
- Ciclistas que zigzaguean y se salen del borde del camino o del carril designado para bicicletas
- Ciclistas que voltean hacia la izquierda peligrosamente
- Bicicletas sin faros delanteros o reflectores



2

CUALES SON LAS LEYES?

Ciclistas y automovilistas siguen las mismas reglas y tienen los mismos derechos. Por ejemplo: Todo vehículo debe pararse en un alto y toda bicicleta debe pararse en un alto. **Siempre transite en la misma dirección del tráfico.** Ciclistas deben viajar en la misma dirección de los automóviles.



1 Cuando viaja mas despacio que el resto del tráfico, permanezca a la derecha del camino, excepto:

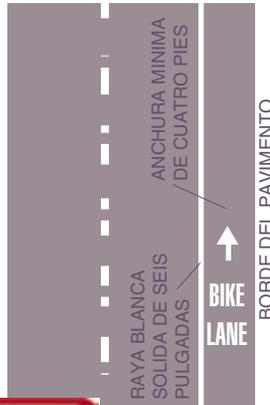
- a. Cuando pase a otra bicicleta o automóvil.
- b. Cuando se esté preparando para dar vuelta hacia la izquierda.
- c. Cuando pase a un vehículo estacionado o para esquivar otros objetos.
- d. Cuando la calle es de un solo sentido, dos carriles o mas ancha. Los ciclistas pueden entonces viajar sobre el lado izquierdo o derecho de la calle.

3

2 Cuando existe un carril designado para bicicletas, debe usarlo si viaja mas despacio que la velocidad normal del tráfico.

Abandone el carril designado para bicicletas solamente:

- Cuando es necesario pasar a otra bicicleta, un vehículo o un peatón.
- Cuando se esté preparando para dar vuelta hacia la izquierda.
- Cuando pase a un vehículo estacionado o para esquivar otros objetos.



3 Mantenga al menos una mano en el manubrio. Ciclistas deben viajar en asientos de bicicletas permanentemente instalados. No transporte pasajeros a menos que exista otro asiento para pasajeros.

Un pasajero debe viajar en su propio asiento - no en el manubrio. Un menor de 4 años o menos y que pese 40 libras o menos, tiene que viajar en un asiento que mantenga al niño en su lugar y lo proteja de partes móviles. El niño también debe usar un casco aprobado.



4 Use las señales de mano apropiadas cuando vaya a dar vuelta o a parar. Las señales correctas son:

- Vuelta a la izquierda - Brazo izquierdo recto apuntando hacia la izquierda.
- Vuelta a la derecha - Brazo derecho levantado apuntando hacia la derecha.
- Alto - Brazo izquierdo recto apuntando hacia abajo.



5 Antes de abandonar un carril, use una señal de mano. Deje el carril solamente cuando no exista riesgo alguno.

Nunca debe pegársele o amarrarse a un vehículo en movimiento cuando viaje en bicicleta.

6

7 A los ciclistas no se le permite viajar en la mayoría de las autopistas. Letreros en las entradas de las autopistas indican cuando ciclistas no deben entrar.

Nunca deje que su bicicleta obstruya la banqueta o acera

8

9 Las bicicletas deben estar apropiadamente equipadas. (Vea la sección referente al equipo.)

10 Audífonos que cubren ambos oídos no deben ser usados cuando viaje en bicicleta.



CUAL ES EL EQUIPO QUE SE REQUIERE?

■ Casco

Toda persona menor de 18 años de edad no debe operar una bicicleta o ser pasajero sin un casco de bicicleta del tamaño apropiado y abrochado que cumpla con los requisitos del Instituto Nacional Americano de Standards (ANSI) o los requisitos de SNELL para Equipo Protector de Cabeza.

■ Manubrios

Los manubrios deben ser ajustados a un nivel mas bajo que el de los hombros del ciclista cuando este esté sosteniendo los puños del manubrio.

■ Tamaño de la Bicicleta

Debe ser de un tamaño que permita que el ciclista pueda poner un pie en el suelo cuando la bicicleta esté parada.

■ Frenos

Debe poder frenar y dejar marca de una llanta en pavimento limpio, nive lado y seco.

■ Andando en Bicicleta de Noche

La bicicleta debe estar equipada con lo siguiente:

Luz:

Un faro de luz blanca, instalado en la bicicleta o en el cuerpo del ciclista, que sea visible a una distancia de 300 pies hacia el frente y de los lados

Reflectores:

- Reflector trasero rojo
- Reflectores blancos o amarillos en la parte delantera y trasera de cada pedal
- Reflectores blancos o amarillos de cada lado en frente de la parte central de la bicicleta, y reflectores rojos o blancos en cada lado hacia la parte detrás del centro de la bicicleta - normalmente instalados en los rayos de la llanta (si la llanta delantera y trasera son reflectivas, no necesita instalar reflectores en los lados.)

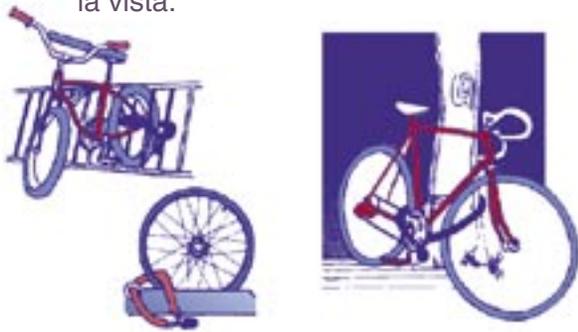
MEDIDAS DE SEGURIDAD



- Cruce alcantarillas y vías de tren diagonalmente.
- Al viajar con otros ciclistas, permanezcan en una sola fila.
- En intersecciones con tráfico denso, baje de su bicicleta y llévela a pie.
- Use zapatos para evitar que los dedos del pie se le atoren en partes movibles
- Evite usar faldas largas o pantalones campana. Ajuste el pantalón a las piernas con seguro o ligas.
- Amarre su cabello con ligas o broches para que no le obstruya la visión. Evite usar pañuelos alrededor del cuello que puedan volar en frente de sus ojos.
- Use el equipo de protección apropiado en todo momento; por ejemplo, ropa de color llamativo, casco de bicicleta aprobado, lentes de protección, etc.

PRECAUCIONES CONTRA-ROBO

- Siempre asegure su bicicleta con candado cuando la deje sola.
- Use cadenas y candados fuertes.
- Asegure el chasis de la bicicleta a algo sólido (parrilla para bicicletas, árbol, etc.)
- Anote el número de licencia, el número de serie del chasis, y el tipo de modelo de bicicleta. Mantenga esta información en un lugar seguro ya que la necesitará si su bicicleta es robada.
- Estacione su bicicleta en un lugar a la vista.



TENGO QUE REGISTRAR MI BICICLETA?

Debe registrar su bicicleta si así lo requiere la comunidad donde reside. Muchas ciudades y condados así lo requieren... Por lo general, puede registrarse en la estación local de bomberos o de policía. Contáctese con las oficinas administrativas de la ciudad o condado donde reside para asegurarse de los requisitos.



MANTENIMIENTO

Las bicicletas requieren de un mantenimiento rutinario para asegurarse de que opere adecuadamente.

Puntos que puede revisar mientras anda en su bicicleta:

- Ponga atención a ruidos de fricción u otro sonido agudo o repetitivo e investigue inmediatamente su causa.
- Si los cambios tienen dificultad en entrar o se sueltan puede significar que el cable de tensión está muy flojo o muy apretado (en bicicletas con cambios múltiples).
- Afloje la tensión en la cadena.
- Revise la eficiencia de los frenos.

Puntos que puede resolver usted mismo:

- Use un medidor de presión de aire para revisar las llantas periódicamente. La presión de aire apropiada está marcada en los lados de la goma o en el manual de propietario. Revise si las llantas tienen grietas, cortes o bultos. Quite piedras, clavos, vidrios, etc. que se hayan atorado en el dibujo de la goma.
- Ajuste el asiento y los manubrios para su medida.
- Limpie y lubrique moderadamente las partes móviles. No lubrique la goma. Limpie el exceso de aceite.
- Apriete o ajuste partes sueltas.
- Asegúrese que los puños del manubrio estén pegados o ajustados al manubrio.
- Cuando sea posible, guarde su bicicleta en un lugar cerrado; la humedad causa arrambramiento.
- Mantenga su bicicleta limpia sacudiendo el polvo con un trapo suave. Séquela bien cuando se moje.

Los talleres donde arreglan y venden bicicletas ofrecen los repuestos que necesite para mantener su bicicleta en buenas condiciones.

PORQUE DEBO REGISTRAR MI BICICLETA?

- Una calcomanía de registraci3n a la vista puede desanimar a un posible ladr3n.
- Si le roban su bicicleta, tiene mayor posibilidad de recuperarla si esta est1 registrada.



CUALES SON LAS LEYES LOCALES?

Algunas ciudades y condados prohíben andar en bicicleta sobre banquetas o aceras. Otras leyes locales se refieren al estacionamiento de bicicletas y al uso de lugares designados para peatones o bicicletas especiales. Pida m1s informaci3n sobre estas leyes a la administraci3n de su ciudad o condado.

Este folleto le brinda mucha informaci3n importante acerca de su seguridad como ciclista. Saber que hacer cuando ande en su bicicleta le puede ahorrar dinero, prevenir lesiones y hasta salvar su vida. Un buen entendimiento de las precauciones que un ciclista debe tomar le permitir1 andar en bicicleta con mayor confianza y placer.

CONOCE BIEN LAS LEYES ?

Intente contestar las siguientes preguntas. Las respuestas est1n impresas sobre el borde inferior de la p1gin1. Los n1meros en par3ntesis se refieren a la secci3n del C3digo Vehicular. (¡No vale hacer trampa!)

1. Un ciclista debe andar enfrent1ndose al tr1fico. (21202) Verdadero Falso
2. Los manubrios deben ser instalados a una altura en que las manos del ciclista no se eleven sobre el nivel de los hombros cuando el ciclista est1 sosteniendo los pu1os del manubrio. (21201(b)) Verdadero Falso
3. Se permite que un amigo viaje en el manubrio de su bicicleta siempre y cuando usted se encuentre a no m1s de tres cuerdas de su casa. (21204(b)) Verdadero Falso
4. Se permite andar en bicicleta sin manos cuando sus brazos est1n tan llenos de paquetes que no pueda llegar al manubrio, si su bicicleta no est1 equipada con una canasta o parrilla. (21205) Verdadero Falso
5. En la oscuridad, cada bicicleta que se opera en una calle p1blica debe estar equipada con un faro de luz delantero que pueda verse a 300 pies de enfrente y de los lados de la bicicleta. (21201(d)) Verdadero Falso
6. Se permite agarrarse a la parte trasera de un veh3culo y que lo remolquen cuando ande en bicicleta siempre y cuando el veh3culo sea conducido por uno de sus padres. (21203) Verdadero Falso
7. Un ciclista debe parar en todos los altos. (21200) Verdadero Falso
8. Una bicicleta equipada legalmente debe tener frenos que dejen la marca de una rueda en el pavimento seco, nivelado y limpio. (21201(a)) Verdadero Falso
9. En la oscuridad, cada bicicleta que se opera en una calle p1blica debe tener reflectores en cada lado, blancos o amarillos en la parte del centro de la bicicleta hacia adelante y rojos en la parte del centro hacia atr1s, al menos que la bicicleta est1 equipada con llantas reflectivas. (21201(d)) Verdadero Falso
10. Un ciclista debe andar con un asiento instalado permanentemente en la bicicleta. (21201(a)) Verdadero Falso
11. A un ciclista se le permite usar audifonos en los dos 3idos. (27400) Verdadero Falso

RESPUESTAS

1. Falso 2. Verdadero 3. Falso 4. Falso 5. Verdadero 6. Falso 7. Verdadero 8. Verdadero 9. Verdadero 10. Verdadero 11. Falso

Una Nota Final...

Es contra la ley andar en bicicleta bajo la influencia del alcohol y/o drogas. (21200.0 VC)



CALIFORNIA HIGHWAY PATROL

CHP 909 (5/95) OPI 051
94 75015



Andando en Bicicleta



Causas comunes de accidentes en bicicletas

Prevencion de robo

Las leges

Registacion de bicicleta

Equipo requerido

Consejos